

來自疾病控制和防治中心的健康消息

使您安全遠離禽流感：給農曆新年（1月29日）期間前往亞洲的人們的重要訊息

在亞洲幾個國家中，已經有人感染了鳥類流行性感冒，亦稱禽流感。CDC 建議如果您前往下列國家之一慶祝農曆新年，請遵循某些安全措施：**柬埔寨、中國、印尼、蒙古、泰國和越南**。

旅行前

- 瀏覽 CDC 的旅行者健康網站 <http://www.cdc.gov/travel> 以瞭解這些國家的疾病危險程度。
- 看醫生並確保您所需的全部注射、藥品和資訊。
- 務必攜帶基本的急救和醫療用品，如體溫計和酒精潔手凝膠以清潔您的手。
- 查看 www.cdc.gov/travel 上的 CDC 網頁 [Seeking Health Care Abroad](#) 和美國國務院網站 <http://travel.state.gov/> 以獲得如果您在海外生病應如何處理的資訊。

旅行期間

- 切勿接觸活雞、活鴨或其他鳥類，即使牠們看起來沒有生病。
- 切勿接觸死亡或染病的雞、鴨或其他鳥類
- 切勿前往鳥類養殖場和活禽市場。
- 切勿接觸有鳥糞、血液或其他體液的表面。
- 只食用完全煮熟的家禽類肉品和其他食物，如雞蛋和家禽血。蛋黃不應流動或呈液體狀。在敲碎或烹飪前，請在肥皂水中清洗蛋殼。
- 在準備食物時，使生肉遠離其他食物。接觸生禽肉或蛋後，務必使用肥皂和水徹底清洗您的雙手和所有表面、碗盤和器皿。
- 經常使用肥皂和水洗手。當您沒有肥皂而且您的手看起來不髒時，請使用酒精潔手凝膠。
- 如果您發燒，且咳嗽、喉嚨痛或呼吸困難，或者病得很厲害，請去看醫生。如果您認為您可能曾經接觸過患有禽流感的人或動物，請告知醫生。
- 在康復之前請勿旅行，除非您必須在當地接受看病治療。

旅行後

- 注意您在回家後 10 天內感覺如何。
- 如果您發燒，且咳嗽、喉嚨痛或呼吸困難，請去看醫生。
- 在看醫生前，請告訴醫生您曾經去過有人感染禽流感的國家，且您感到不適。
- 如果您生病的話，切勿旅行，除非是爲了去看醫生。遠離其他人可有助於您不將疾病傳染給他人。

如欲瞭解更多關於禽流感的資訊，請在網上訪問 CDC www.cdc.gov/flu/avian。

更多資訊

如欲瞭解更多有關人類患有禽流感的資訊，請瀏覽下列網站：

- www.who.int/csr/disease/avian_influenza/en/
- www.cdc.gov/flu/avian/index.htm

如欲瞭解更多前往東亞和東南亞時如何保持健康的資訊，請瀏覽下列網站：

- www.cdc.gov/travel/eastasia.htm
- www.cdc.gov/travel/seasia.htm
- www.cdc.gov/flu/avian/outbreaks/asia.htm

*除了東亞和東南亞之外，下列國家亦傳出在鳥類間爆發禽流感：克羅埃西亞、哈薩克斯坦、羅馬尼亞、俄羅斯、烏克蘭和土耳其（人類），若前往所有這些地區，均應遵循上述所列措施。